



# **El Hospital Infanta Elena reactiva su consulta de ostomía para enseñar a los pacientes a vivir con su enfermedad**

La Unidad de Cirugía General y de Aparato Digestivo del Hospital Infanta Elena ha vuelto a reactivar y poner en funcionamiento su consulta de ostomía, con el objetivo de mejorar la calidad de vida de los pacientes que han tenido que ser ostomizados, ayudarles a reducir el impacto que este problema genera en su día a día y, sobre todo, enseñarles a asumir y convivir con su enfermedad ofreciendo consejos y formación para el autocuidado.

Con una línea de trabajo que trasciende la mera atención sanitaria, el área de enfermería de la Unidad ha vuelto a ofrecer en esta consulta una información clara y útil sobre los cuidados que debe mantener un paciente ostomizado, es decir, aquel que tiene abocado el intestino a la pared abdominal y, por lo tanto, la salida de las heces se produce a través de un dispositivo externo.

Este tipo de pacientes presentan una serie de particularidades, tanto a nivel físico como psicológico y de relación con su entorno, sobre todo aquellos que han sufrido una ostomía en edades más tempranas, lo que les genera un alto nivel de ansiedad y una baja autoestima que repercute en su calidad de vida posterior y en su recuperación y que les lleva, en la mayoría de las ocasiones, a negarse incluso a salir a la calle o reducir en gran medida su vida familiar y social.

Los profesionales de la Unidad de Cirugía, conscientes de esta situación, han apostado por recuperar esta consulta y, con ella, una atención más especializada y un seguimiento constante para estos pacientes, cuya atención se inicia desde antes de la propia intervención quirúrgica en la que se va a proceder a la implantación del estoma, con una primera sesión en la que la enfermera informa de forma previa del proceso que va a sufrir el paciente y se procede a señalar la ubicación del futuro estoma, con el fin de facilitar la movilidad del paciente una vez se haya recuperado, con la idea de no dificultarle el movimiento posterior y facilitar el cuidado y la manipulación del mismo.

El trabajo con ellos se mantiene desde el mismo momento del ingreso y continúa durante todo el periodo de hospitalización de forma que, tras el alta hospitalaria y con las sesiones formativas y de seguimiento posterior, la persona pueda mantener un nivel de dependencia cada vez menor y una mayor normalización de su nuevo estilo de vida. Cuestiones que van a incidir directamente en una mayor autonomía y una mejora de su

imagen corporal, imprescindibles para recuperar su vida.

Para ello, nada mejor que empoderar al paciente y ofrecerle de forma adecuada y acorde con el proceso físico y psicológico que va experimentando en cada una de las etapas, el necesario conocimiento de su enfermedad y un mayor manejo de su autocuidado, de forma que les permita reincorporarse a una vida normalizada sin necesidad de ningún familiar o profesional al que estar supeditado para su vida diaria, aprendiendo de forma práctica cómo cuidarse y cómo aprender a vivir nuevamente con una ostomía.

En el caso de pacientes de más edad o que presentaban de forma previa mayores niveles de dependencia, se trabaja directamente tanto con ellos como con sus familiares y cuidadores, de forma que puedan aprender a mantener la ostomía en buenas condiciones, trabajando también en la reducción de la ansiedad derivada del cuidado de las mismas. El objetivo es que el paciente o su cuidador pueda salir del hospital desde un primer momento con una formación básica y adecuada para el mantenimiento del dispositivo, mientras se sigue avanzando en el aprendizaje de todos los cuidados necesarios.

De esta manera, los pacientes son citados de forma programada en un primer momento a la semana de la intervención, para continuar con sesiones cada quince días durante los siguientes meses, dependiendo siempre de las necesidades específicas de cada uno, aunque los profesionales de la consulta están disponibles para atender las dudas y preguntas sobre cuidados todos los días, a fin de solucionar de manera sencilla y eficaz las posibles deficiencias que pudieran aparecer, sobre todo al principio.

Así, desde el área de Enfermería, cuyos profesionales han recibido una importante formación específica sobre la atención sanitaria y el apoyo emocional al paciente, se ofrece información acerca del cuidado de la herida quirúrgica tras la intervención, el mantenimiento del dispositivo externo, así

como sobre numerosas cuestiones relacionadas con la nueva situación de estos pacientes.

Las sesiones suelen durar alrededor de una hora y, en ellas, se ofrece asesoramiento y talleres prácticos sobre normas de higiene específicas, recomendaciones sobre la alimentación más adecuada para ellos, que presenta ciertas particularidades, así como consejos útiles para la prevención de determinados problemas como la dermatitis o las infecciones periestomales.

Los pacientes atendidos, que han valorado siempre muy positivamente este apoyo continuado antes y tras la propia intervención quirúrgica, destacan sobre todo la disponibilidad de los profesionales para responder a sus dudas y el asesoramiento específico para hacer frente a las complicaciones derivadas de una ostomía. Un seguimiento y control que se mantiene cada vez que el paciente ingresa por cualquier motivo, bien sea a consecuencia de la patología que provocó la implantación del estoma o de cualquier otra, de forma que el paciente siempre esté vigilado y en seguimiento por personal especializado en este tipo de dispositivos.

Esta consulta se enmarca dentro del proyecto de humanización que viene desarrollando el centro hospitalario y que quiere incidir, entre otros aspectos, en el abordaje integral de las necesidades del paciente, en el que la formación sobre sus diferentes problemas de salud y el empoderamiento de los afectados o sus cuidadores sobre los necesarios autocuidados que debe mantener, van a generar una mayor calidad de vida y un mejor nivel de salud.